

сессии студентов-кружковцев со всеми студентами 4 курса. Средний балл студентов кружковцев в 2014-2015 учебном году составил 8,36 при общем среднем балле на курсе 6,94; в 2015-2016 году – 8,16 и 7,1; в 2016-2017 году – 8,25 и 7,2 соответственно. Таким образом, работа в СНК способствует повышению успеваемости по дисциплине, углублению и закреплению знаний, полученных на практических занятиях. Кроме того, сама атмосфера заседаний научного кружка с обеспечением возможности свободной дискуссии способствует повышению профессионального уровня как докладчиков, так и слушателей.

Многие члены кружка после окончания университета поступили в интернатуру или клиническую ординатуру по неврологии и стали высококвалифицированными специалистами, часть из них продолжили научную работу, став учеными.

Выводы. Таким образом, СНК на кафедре неврологии и нейрохирургии ВГМУ способствует более углубленной профессиональной подготовке студентов. Обучение в кружке – это повторение и закрепление знаний и навыков, которые были получены на практических занятиях, а также приобретение личного опыта, формирование клинического и научного мышления. Студенты также приобретают навыки самостоятельной научной работы, овладевают современной техникой и методиками научных исследований. Работа в СНК формирует и социально-личностные компетенции. Она позволяет выявить познавательные интересы студентов, обуславливает их поисковую деятельность, учит самоконтролю, самооценке, а также усиливает творческий потенциал как студентов, так и преподавателей.

Литература:

1. Иванов, Д.А. Компетентности и компетентностный подход в современном образовании / Д.А. Иванов. – М. : Чистые пруды, 2007.
2. Бермус, А. Г. Проблемы и перспективы реализации компетентностного подхода в образовании [Электронный ресурс] / А. Г. Бермус // Эйдос. – Режим доступа: <http://www.eidos.ru/journal/2005/0910-12.htm>.

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ УЧЕБНОГО СТРЕССА У ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

Яцковская Н.М.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Актуальность. Современные технологии обучения, базирующиеся на повсеместном использовании вычислительной техники, потенциально обладают колоссальными возможностями.

Однако полноценное применение компьютеризированных технологий добавляет в образовательный процесс ряд специфических факторов, таких как: необходимость восприятия значительного массива информации; увеличение нагрузки при восприятии фрагментарной и раздробленной информации; необходимость выработки специальных алгоритмов мышления, позволяющих оперировать разнородной информацией; информационные перегрузки, подверженность продолжительному воздействию “информационного шума”.

Наиболее характерным психическим состоянием, развивающимся под влиянием указанных факторов у человека, является психологический стресс. Психологический стресс как особое психическое состояние является своеобразной формой отражения субъектом сложной, экстремальной ситуации, в которой он находится.

Психологический стресс принято делить на два вида – эмоциональный стресс и информационный стресс. Информационный стресс появляется в ситуации информационной перегрузки при условии высокой мотивации человека в усвоении новой информации [1].

Информационный стресс, можно определить как, состояние информационной перегрузки, когда индивид не справляется с поставленной задачей и не успевает принимать правильные решения в требуемом темпе, будучи ответственным за последствия принятых решений. Информационный стресс в учебной деятельности по своей природе, является разновидностью психологического стресса.

Учебная деятельность в медицинских вузах сопровождается не только усвоением большого объема информации, но и высокой социальной ответственностью, что делает особенно актуальной проблему влияния хронического информационного стресса и развития у студентов навыков самоконтроля, формирования навыков управления факторами, вызывающими стресс.

Цель. Исследовать основные личные и учебные причины и особенности проявления учебного стресса у иностранных студентов 2-ого курса специальности лечебное дело. Выявить основные приемы и методы борьбы со стрессом.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 27 студентов 2-ого курса факультета подготовки иностранных граждан специальности лечебное дело ВГМУ.

Исследование проводилось с использованием теста на учебный стресс, разработанный Ю.В. Щербатых [2]. Данный тест позволяет определить основные причины учебного стресса; выявить, в чем проявляется стресс; определить основные приемы снятия стресса студентами.

Студентам предлагалось ответить на 7 вопросов различного содержания. В 1, 3 и 5 вопросах данного теста нужно оценить свои ответы по 10-и балльной шкале, где 1 балл – минимум, 10 баллов максимум. Вопросы 2,

4 и 6 предполагали выбор подходящего ответа. Вопрос 7 – открытый, студенты вписывали свои варианты ответа на данный вопрос.

Результаты и обсуждение. По результатам проведенного нами исследования мы можем отметить, что основными причинами возникновения учебного стресса у иностранных студентов являются следующие: большая учебная нагрузка для 66,7% (n=18); отсутствие учебников – 74,07% (n=20); жизнь вдали от родителей для 63% (n=17); неумение правильно организовать свой режим у 52% (n=14); излишне серьезное отношение к учебе у 48,1% (n=13).

На основании полученных данных нами установлено, что наименьший вклад в развитие учебного стресса у иностранных студентов вносят: совместного проживания с другими студентами 11% (n=3); конфликт в группе 7% (n=2); нежелание учиться 7% (n=2).

Результаты анкетирования позволили нам выявить, что у 63% (n=17) респондентов уровень стресса незначительно возрос за последние месяцы; для 23% (n=6) студентов уровень стресса не изменился, в группу студентов для которых характерно значительное увеличение уровня стресса вошло – 14,8% (n=4) обследованных студентов.

Стресс, связанный с учёбой, проявляется у иностранных студентов в спешке, ощущении постоянной нехватки времени; повышении утомляемости и как следствие понижении работоспособности и появлении проблем с желудочно-кишечным трактом.

Проведенное исследование позволило выявить, что основным приемом и методом борьбы со стрессом у иностранных студентов является общение с друзьями, сон, вкусная еда. Следует отметить, что алкоголь, сигареты, наркотики в качестве приема снятия стресса в исследуемой группе не используются.

Выводы. Таким образом, из всего вышесказанного можно сделать вывод, что учебный стресс в исследуемой группе иностранных студентов проявляется в основном на психологическом уровне, что приводит к снижению работоспособности студентов. Биологические признаки проявления информационного стресса у большинства студентов присутствуют в незначительных количествах.

Многие иностранные студенты не умеют организовывать свой режим, недосыпают, в результате снижается успеваемость. Студенты сталкиваются с такими проблемами и трудностями, как: несданные вовремя лабораторные работы; невыполненные или выполненные неправильно задания; большое количество пропусков по какому-либо предмету; недостаточно полные знания по дисциплине; плохая успеваемость по определенной дисциплине; отсутствие интереса к дисциплине или предлагаемой студенту работе; большая учебная нагрузка.

На основании вышеизложенного можно утверждать, что жизнь каждого студента характеризуется наличием стрессогенных ситуаций;

важнейшим стрессогеном является информационная нагрузка, сопровождающая студенческую жизнь с первого до последнего года учебы.

Стресс в учебном процессе необходимо и возможно регулировать путем оптимизации учебного процесса путем отбора материала для уменьшения информационной нагрузки, а также применением методов, повышающих резистентность организма к стрессовым факторам. Это задача самих студентов и их педагогов, психологов. Одним из способов ее решения является профессиональная мотивация студентов и внедрение в учебный процесс основ здорового образа жизни.

Литература:

1. Бодров, В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. А. Бодров. – М. : ПЕРСЭ, 2006. – 528 с.
2. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2006. – 256 с.